



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ich sagen – Ich schreiben

Von der 1. Person in Literatur und Leben

Themenbereich

Zeichnen, Grafik, Schreiben

Kursbeschreibung

Wie erzählen wir uns? Was ist die Wahrheit in der eigenen Geschichte und was ist Fiktion? Und kommt die Erfindung nicht der Realität manchmal näher als die vermeintlich exakten Erinnerungen? Sind wir unsere Geschichte oder haben wir eine Geschichte?

Biografisches Schreiben ist immer ein Klärungsprozess und sehr oft kommt dessen Wirkung einer Art Befreiung gleich; Selbstvergewisserung und Neuausrichtung gehen dabei Hand in Hand. Ein Prozess, der uns die Gestaltungshoheit über unser Leben zurückerobert lässt und Lust macht, noch einmal neu „Ich“ zu sagen.

Schreibend werden wir unsere Themen und die verschiedenen Ausdrucksformen erforschen. Im vertrauensvollen Austausch über das Geschriebene weitet sich der Horizont, neue Perspektiven ergeben sich. Geschrieben wird mit der Hand oder auf dem Laptop, ein Notizbuch brauchen wir für die Einfälle zwischendurch.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

03.06.2024

Ende

06.06.2024

Kurstage

3

Beginnzeit

09:30 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

1080 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe

Alle Interessierte

Referent/in

Liane Dirks

Gebühr

420 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr, exkl. Materialspesen

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.
Email

Neustifter Singtage für Kinder und Jugendliche (7-16 Jahre)

Entdecke und erlebe deine Stimme

Themenbereich
Umwelt, Ökologie

Kursbeschreibung

Wolltest du schon immer wissen, ob du singen kannst? Oder singst du bereits für dein Leben gern?

Entdecke und erlebe deine Stimme!

Um das Singen von Kindern und Jugendlichen zu fördern und ihnen die Chormusik näherzubringen, wurde zwischen dem Kloster Neustift, dem Männerchor Neustift und dem Stiftschor Neustift ein einzigartiges Projekt ins Leben gerufen.

Bei den Neustifter Singtagen entführen euch die Chorleiter Rudi Chizzali und Benedikt Baldauf in die Welt des Gesangs. Gemeinsam lernt ihr verschiedene Lieder und Musikgattungen kennen, ihr experimentiert mit der eigenen Stimme und beschäftigt euch mit Gesängen verschiedener Epochen. Von Klassik bis Rap – für jede:n ist etwas dabei! Spiel und Spaß kommen beim Freizeitprogramm am Nachmittag nicht zu kurz.

Den Abschluss bildet ein Konzert am Freitag Nachmittag, zu dem Eltern, Großeltern, Freund:innen und Verwandte herzlich eingeladen sind.

Geben Sie im Anmeldeformular bitte die Daten des Kindes/des Jugendlichen ein.

Kursprache
Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
19.08.2024

Ende
23.08.2024

Kurstage
5

Beginnzeit
08:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
2250 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort
Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe
Kinder und Jugendliche von 7 bis 16 Jahren

Referent/in
Benedikt Baldauf

Rudi Chizzali

Gebühr
180 € Teilnahmebeitrag inkl. Mittagessen, Jausenverpflegung und Betreuung zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Deutsch für MigrantInnen A1.1

Themenbereich
Deutsch als Nicht-Zweitsprache

Kursbeschreibung
In diesem Kurs machen Sie Ihre ersten Schritte in der deutschen Sprache, das heißt vor allem sich vorzustellen und in einfachster Weise über wesentliche Angelegenheiten des Lebens wie Familie oder Arbeit zu sprechen. Anhand ausgewählter



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Lerneraktivitäten, die auch Partner- und Gruppenarbeit beinhalten, führen wir Sie schrittweise zu Basisfertigkeiten in der Konversation, im Hörverstehen, in der Schreibfähigkeit und der richtigen Verwendung der Grammatik.

Einen besonderen Akzent legen wir dabei auf Themen aus dem Bereich der deutschen Kultur.

Der Unterricht findet von Anfang an auf Deutsch statt.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

23.04.2024

Ende

11.06.2024

Kurstage

20

Beginnzeit

18:00 Uhr

Endzeit

20:00 Uhr

Dauer

2400 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brixen

Via Prà delle Suore, 1

Zielgruppe

Ausländer

Referent/in

SprachlehrerIn alpha beta piccadilly

Gebühr

0 € kostenfrei

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

alpha beta piccadilly - Bozen

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Deutsch für MigrantInnen A1.1

Themenbereich

Deutsch als Nicht-Zweitsprache

Kursbeschreibung

In diesem Kurs machen Sie Ihre ersten Schritte in der deutschen Sprache, das heißt vor allem sich vorzustellen und in einfachster Weise über wesentliche Angelegenheiten des Lebens wie Familie oder Arbeit zu sprechen. Anhand ausgewählter Lerneraktivitäten, die auch Partner- und Gruppenarbeit beinhalten, führen wir Sie schrittweise zu Basisfertigkeiten in der Konversation, im Hörverstehen, in der Schreibfähigkeit und der richtigen Verwendung der Grammatik.

Einen besonderen Akzent legen wir dabei auf Themen aus dem Bereich der deutschen Kultur.

Der Unterricht findet von Anfang an auf Deutsch statt.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

23.04.2024

Ende

25.06.2024

Kurstage

16

Beginnzeit

17:15 Uhr

Endzeit

19:45 Uhr

Dauer

2400 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brixen

Zielgruppe

Ausländer

Referent/in

SprachlehrerIn alpha beta piccadilly

SprachlehrerIn alpha beta piccadilly

Gebühr

0 € kostenfrei



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
alpha beta piccadilly - Bozen

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Pilates im Freien mit der Rolle für Fortgeschrittene

Themenbereich
Gymnastik

Kursbeschreibung

Kurssprache
Deutsch

Beginn
26.06.2024

Ende
14.08.2024

Kurstage
8

Beginnzeit
18:15 Uhr

Endzeit
19:15 Uhr

Dauer
480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort
Brixen
Fischzuchtweg 18

Zielgruppe

Referent/in
Ulrike Pichler

Gebühr
94 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Pilates im Freien

Themenbereich
Gymnastik

Kursbeschreibung

Kurssprache
Deutsch

Beginn
24.06.2024

Ende
12.08.2024

Kurstage
8

Beginnzeit
19:30 Uhr

Endzeit
20:30 Uhr

Dauer
480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort
Brixen
Fischzuchtweg 18

Zielgruppe

Referent/in
Ulrike Pichler

Gebühr
94 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Teekräuter

Themenbereich
Körperpflege, Kosmetik

Kursbeschreibung

Sie lernen Wildkräuter und deren Inhaltsstoffe und die richtige Zubereitung von Genuss- und Heiltees kennen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

10.07.2024

Ende

10.07.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

18:00 Uhr

Endzeit

21:00 Uhr

Dauer

180 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe

Referent/in

Patrizia Martin

Gebühr

35 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

10.07.2024

Kursanbieter

KVW Bildung Brixen

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

Fußreflexzonenmassage Refresh Workshop

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Im Refresh Workshop können Sie das Wissen und die Kompetenzen, die Sie im Basisseminar erworben haben, auffrischen und durch Praxis vertiefen. Fragen oder Unsicherheiten werden besprochen und Grifftechniken durch praktisches Arbeiten vertieft.

Der Kurs dient zudem dem Erfahrungsaustausch und bietet die Möglichkeit, konkrete Fallbeispiele aus der Behandlungspraxis zu erörtern.

Kursprache

Deutsch

Beginn

10.10.2024

Ende

10.10.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe

Teilnehmende des 2- oder 3tägigen Basisseminars



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Gabriele Reinisch

Gebühr
135 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Räuchern, eine vergessene Tradition

Themenbereich
Körperpflege, Kosmetik

Kursbeschreibung
Der Einsatz von heimischen Pflanzen und deren Bedeutung beim Räuchern wird erläutert, verschiedene Möglichkeiten zum Räuchern werden gezeigt und erklärt.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
16.11.2024

Ende
16.11.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
15:00 Uhr

Endzeit
18:00 Uhr

Dauer
180 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Patrizia Martin

Gebühr
35 €

Anmeldeschluss
16.11.2024

Kursanbieter
KVW Bildung Brixen

[Detailseite zum Kurs](#)

Ansprechperson

Tel.
Email

Rücken-fit

Themenbereich
Gymnastik

Kursbeschreibung

Ziel ist es, unseren Rücken beweglich und dynamisch zu halten und ihn zugleich zu kräftigen. Wir verbessern die Beweglichkeit der Wirbelsäule, den Trainingszustand der Muskulatur und erreichen eine ökonomische Haltung. Übungen zur Stabilisation, Dehnung, Koordination, Atmung und Entspannung stehen im Vordergrund.

Kursprache
Deutsch

Beginn
01.08.2024

Ende
29.08.2024

Kurstage
4

Beginnzeit
18:15 Uhr

Endzeit
19:15 Uhr

Dauer
240 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Brixen
Fischzuchtweg 18



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Referent/in

Maria Angela Vogl

Gebühr

47 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

Entspannungsabende mit Jin Shin Jyutsu (Strömen)

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Strömen ist eine jahrtausendealte Harmonisierungskunst. Durch einfaches sanftes Berühren bestimmter Körperstellen (Sicherheitsenergieschlösser) mit den Händen, werden wir an diesen Abenden die Selbstheilungskräfte aktivieren und die Gesundheit und das Wohlbefinden fördern.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

07.05.2024

Ende

04.06.2024

Kurstage

4

Beginnzeit

19:00 Uhr

Endzeit

21:00 Uhr

Dauer

480 Minuten

Beschreibung Zeit

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort
Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe

Referent/in
Sabine Bampi

Gebühr
95 €

Anmeldeschluss
07.05.2024

Kursanbieter
KVW Bildung Brixen

[Detailseite zum Kurs](#)

Ansprechperson

Tel.
Email

Lehrgang Kreative Resilienzentwicklung Ein Weg zu mehr innerer Stärke und Gelassenheit

Themenbereich
Pädagogik und Erwachsenenbildung

Kursbeschreibung

Ziel und Inhalt: Resilienz entsteht durch Herausforderungen. Und solche gibt es im Alltag sehr viele, sowohl beruflich als auch privat. Die Arbeit ist häufig mit Stress und Belastungen verbunden. Zudem sind äußere gesellschaftliche Strukturen und vermeintliche Sicherheiten nicht mehr verlässlich. Die Entwicklung eines inneren Rückhalts ist ein wichtiger Weg aus der Krise. Anpassungsfähigkeit, Flexibilität und Stärke helfen bei deren Bewältigung. Es braucht eine kreative Haltung, um sich den täglichen Anforderungen und auch den großen Übergängen des Lebens mit mehr Leichtigkeit stellen zu können.

Krisen und Umbrüche geben auch bedeutenden Anstoß zu lebendiger Weiterentwicklung. Sie können Anlass sein, dass wir uns wandeln und erneuern. Was ist mir wirklich wichtig? Was tut mir gut und stabilisiert mich? Wie kann ich mir meiner persönlichen Ressourcen bewusstwerden und sie für meine "Herzens" - Anliegen einsetzen? Aus der Krise lernen bedeutet, mit neuer Lebensfreude sich diesen Fragen zu stellen.

Der Lehrgang eröffnet einen Raum für Selbstreflexion und Weiterentwicklung der eigenen Haltung in Beruf und Privatleben. So gelangt man vom äußeren Erfolg zum inneren Erfülltsein und von der Erledigung von "to do-Listen" zur sinnvollen



Corsi & Percorsi

corsipercorsi.retecivica.bz.it

Verantwortungsübernahme. Die Teilnehmenden können wiederum die erfahrenen Methoden in ihrer Arbeit mit Menschen einsetzen.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Angewandte Methoden:

- Achtsamer Dialog (David Bohm) und Selbsterforschung
- Systemisches Arbeiten/Aufstellungen
- Kreatives Schreiben als Quelle der Kraft und Resilienz
- Naturerleben und Rituale
- Achtsamkeitspraxis nach J. Kabat Zinn (MBSR)
- Ressourcenarbeit
- Kraft und Präsenz in Bewegung (meditative Bewegungspraxis aus dem japanischen Kulturkreis)

Kurssprache

Deutsch

Beginn

21.03.2024

Ende

28.09.2024

Kurstage

9

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

12:30 Uhr

Dauer

3060 Minuten

Beschreibung Zeit

1. Modul: 21.03.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 22.03.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 23.03.24, 9.00 – 12.30 Uhr

2. Modul: 30.05.24, 14.00 – 17.30 und 19.00 – 21.00 Uhr / 31.05.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 01.06.24, 9.00 – 12.30 Uhr

3. Modul: 26.09.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 27.09.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 28.09.24, 9.00 – 12.30 Uhr

Ort

Bildungshaus Lukas
Brunogasse 2

Zielgruppe

Alle Interessierten

Referent/in

Barbara Hülmeier

Gebühr

855 € Frühbucherpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.01.24

Anmeldeschluss

07.03.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Kursanbieter
Jugendhaus Kassianeum

Ansprechperson
Angelika Mahlknecht
Tel. +39 0472 279923
Email bildung@jukas.net



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Detailseite zum Kurs
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/kreative-resilienzentwicklung-1255/>